

### 3. Acérquese... ricos tamales

## Parámetros de la obesidad y nutrición

LIC. MARICRUZ MORALES SALINAS  
UNAM, Preparatoria 3

En 2018 y 2019, los estudios en torno al sobrepeso y la obesidad destacan la política pública con la Norma 2017 y los factores asociados y sus tratamientos.

NORMA Oficial Mexicana NOM-008-SSA3-2017, Para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad.

Puntualiza la intervención integral por los profesionales del equipo de salud:

#### 5. Disposiciones generales

##### 5.1 Del tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad.

5.1.1 Todo paciente con sobrepeso u obesidad requerirá de un tratamiento integral, en los términos previstos en esta Norma.

5.2 El tratamiento integral, debe realizarse bajo lo siguiente:

5.2.1 Se ajustará a los principios científicos y éticos que orientan la práctica médica;

5.2.2 Debe estar respaldado científicamente en investigación clínica, especialmente de carácter individualizado en la

dietoterapia, psicoterapia, farmacoterapia, en la actividad física y el tratamiento médico-quirúrgico;

5.2.3 El médico será el responsable del tratamiento integral del paciente con sobrepeso u obesidad, los profesionales en rehabilitación, nutrición y psicología serán responsables del tratamiento, en sus respectivas áreas de formación profesional, con la finalidad de brindar calidad en la atención médica;

5.2.4 Para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad, los profesionales de la salud deberán considerar los puntos de corte de los indicadores antropométricos en esta Norma.

Los indicadores antropométricos de acuerdo a los grupos etarios como resultado de la fórmula peso sobre estatura al cuadrado, que resulta el índice de masa corporal, la Norma lo describe de en la siguiente tabla:

Los resultados preliminares de la Encuesta de Nutrición y Salud 2018: Ensanut 2018 será elaborada a partir de información recolectada en los cuatro trimestres del año, con un promedio

| Grupo etario | Indicador antropométrico                                     | Tabla de referencia              | Puntos de corte  |  |
|--------------|--|----------------------------------|--|--|
|              |  |                                  | Sobrepeso  | Obesidad <sup>c d</sup>  |
| 0 a 2 años   | Peso de acuerdo con la longitud y con el sexo                | Organización Mundial de la Salud | > 2 a 3 DE   | > + 3 DE   |
| 3 a 4 años   | Peso de acuerdo con la talla y con el sexo                   | Organización Mundial de la Salud | > 2 a 3 DE   | > + 3 DE   |
| 5 a 9 años   | Índice de masa corporal de acuerdo con la edad y con el sexo | Organización Mundial de la Salud | > 1 a 2 DE   | > + 2 DE   |
| 10 a 19 años | Índice de masa corporal de acuerdo con la edad y con el sexo | Organización Mundial de la Salud | > 1 a 2 DE <sup>a</sup>  | > + 2 DE <sup>a</sup>  |
| 20 a 59 años | Índice de masa corporal de acuerdo con la talla              | No aplica                        | En personas sin talla baja <sup>a b</sup> : 25.0 a 29.9 kg/m <sup>2</sup><br>En personas con talla baja <sup>a b</sup> : 23 a 24.9 kg/m <sup>2</sup> | En personas sin talla baja <sup>a b</sup> : 30 kg/m <sup>2</sup><br>En personas con talla baja <sup>a b</sup> : 25 kg/m <sup>2</sup> |
| ≥ 60 años    | Índice de masa corporal                                      | Organización Mundial de la Salud | 28 a 31.9 kg/m <sup>2</sup>  | 32 kg/m <sup>2</sup>   |

<sup>a</sup> Se exceptúan de estos parámetros las personas que lo presenten por tener una mayor masa muscular, más que por tener mayor cantidad de masa grasa corporal.  
<sup>b</sup> Se entiende como talla baja aquella que es menor a 1.60 metros en el varón adulto y menor a 1.50 metros en la mujer adulta.  
<sup>c</sup> Se entiende por obesidad grado II: paciente que presenta un índice de masa corporal entre 35 y 39.9 kg/m<sup>2</sup>.  
<sup>d</sup> Se entiende por obesidad mórbida: paciente que presenta un índice de masa corporal mayor a 40 kg/m<sup>2</sup>.

Fuente: Diario Oficial de la Federación (DOF)(2019). 18 de mayo de 2018. Disponible en: [http://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5523105&fecha=18/05/2018](http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5523105&fecha=18/05/2018)

Recibido en 28 de febrero de 2019.

Aceptado el 23 de mayo de 2019.

de 16 mil hogares encuestados, por lo que se espera concluir con una muestra total que tenga encuestas de 64 mil hogares. Información presentada en el XVIII Congreso Latinoamericano de Nutrición por investigadores del Centro de Investigación en Evaluación y Encuestas del Instituto Nacional de Salud Pública (INSP).

Tomando en cuenta los resultados de la Encuesta de 2016, los datos sobre el sobrepeso y la obesidad infantil muestran un alto riesgo a la salud de la población, que requiere una mayor atención por parte de todos los sectores (desde individuos que la presentan hasta la sociedad), como se muestra a continuación:

*El consumo de bebidas azucaradas pues, según la encuesta de 2016, ésta es mayor en los adolescentes de áreas rurales en comparación con los urbanos: 87 vs. 82.7%... El sobrepeso y obesidad de los niños y adolescentes en México, además de ser un problema de salud pública, sobre todo por su alta frecuencia y por su permanencia dentro de los primeros lugares en Latinoamérica... impactan el desarrollo social y económico del país, pues afectan desde indicadores educativos por la inasistencia escolar, hasta otros futuros como la productividad y el ingreso de las personas (Shamah-Levy et al 2018, página 252).*

Las recomendaciones nutricionales para las personas con sobrepeso u obesidad destacan los grupos de alimentos, porciones y contenidos (Carrasco et al 2007; Gallardo et al 2012; IMSS, 2013). Por último, se mantiene como principal centro de atención clínica, la modificación de hábitos inadecuados de los individuos.

## REFERENCIAS

- Carrasco, F., Rojas, P., Ruz, M., Rebolledo, C., Mizón, C., Codoceo, J. et al. (2007). Concordancia entre el gasto energético y reposo medido y estimado por fórmulas predictivas en mujeres con obesidad severa y mórbida. *Nutr Hosp.*, 22 (4), 410 - 416.
- Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018 (Ensanut), busca obtener indicadores para entender el panorama alimenticio en el país (2018)*. 2000Agro, Revista Industrial del campo. Disponible en <http://www.2000agro.com.mx/analisis/ensanut-2018-el-panorama-de-la-salud-y-nutricion-en-mexico/>
- Gallardo, M., Breton, I., Basulto, J., Quiles, J., Formiguera, X., & Salas, J. (2012). Recomendaciones nutricionales basadas en la evidencia para la prevención y el tratamiento del sobrepeso y la obesidad de los adultos (consenso FESNAD-SEEDO). La dieta en el tratamiento de la obesidad (III/III). *Nutr Hosp.*, 27(3), 833 -864.
- Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) (2013). Intervención Dietética: Intervención Dietética: Paciente con Obesidad*. México: IMSS. Disponible en <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas>.
- Shamah-Levy, T., Cuevas-Nasu, L., Gaona-Pineda, E.B., Gómez-Acosta, L.M., Morales-Ruán, M.C., Hernández-Ávila, M., & Rivera-Dommarco, J.A.. (2018). Sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes en México, actualización de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016. *Salud Publica de México*, 60, 244 - 253.

